

# CURSOS EXTENSIÓN 2019

## VIDA SANA DE LAS MUJERES AL LARGO DE SU CICLO VITAL

### INSCRIPCIÓN Y MATRÍCULA:

[www.culturxest.uvigo.es](http://www.culturxest.uvigo.es)

### Taxas:

- Curso extensión. Comunidad universitaria: **45,50 €**

- Curso extensión. Público general: **70 €.**

### PREINSCRIPCIÓN:

Matrícula abierta desde el **26/04/2019** al **31/05/2019**

**Preinscríbete YA!!**

### DESTINADO A:

Profesionales | Estudiantes del ámbito educativo - sociosanitario | Cualquiera persona interesada

### + INFORMACIÓN:

986 802 080 || 986 546 014

[isorna.catoira@uvigo.es](mailto:isorna.catoira@uvigo.es)

[vic.pon@uvigo.es](mailto:vic.pon@uvigo.es)

[www.culturxest.uvigo.es](http://www.culturxest.uvigo.es)



Director:  
**MANUEL ISORNA FOLGAR**

**HORAS ECTS: 32 h.**

**PLAZAS: 100 plazas**  
(por orden de recepción)

**FECHAS: miércoles 3, jueves 4 de julio y viernes 5 julio**

**HORARIO: 9:00h a 21:00h.**

>> Organizan:

Vicerreitoría do  
Campus de Pontevedra  
Universidade de Vigo



>> Colaboran:



Grupo PSI  
Universidade de Vigo

## VIDA SANA DE LAS MUJERES AL LARGO DE SU CICLO VITAL

### DESTINADO A:

Profesionales | Estudiantes del ámbito educativo - sociosanitario | Cualquiera persona interesada

### LUGAR:

**Auditorio Municipal.**  
**Concello de Catoira - Pontevedra**

**3, 4 y 5 de julio**



Vicerreitoría do  
Campus de Pontevedra  
Universidade de Vigo

# CURSOS EXTENSIÓN 2019 Campus de Pontevedra

La Universidad de Vigo, junto con la Asociación Española de Psicología Perinatal, y con el apoyo de la Asociación Gallega de matronas, de la Federación Española de matronas, de la Sociedad Gallega de obstetricia y Ginecología, y del Sindicato de Enfermería, ofrecen el **Curso de Extensión Universitaria Vida sana de las mujeres al largo de su ciclo vital**.

A través de las distintas ponencias se impartirán una serie de contenidos que van a abordar y conocer el ciclo vital de la mujer desde un punto de vista saludable a nivel físico, psicológico y social. Desde la adolescencia y pasando por el embarazo, lactancia, hasta llegar a la menopausia. También se van a tratar diferentes situaciones que pueden suponer un riesgo para la salud de la mujer (y sus futuros hijos), desde el consumo de sustancias tóxicas, una mala alimentación, o un estilo de vida poco activo y saludable. Serán unas jornadas con un contenido teórico y práctico, abordadas por diferentes profesionales de la salud física y psicológica, pero diferenciándose por una clara visión de género y positiva.

- >> Obtener una **visión global y comprensiva de la mujer al largo de todo su ciclo vital**.
- >> Conocer las principales características de la **evolución psicológica y fisiológica del desarrollo de la mujer**.
- >> Obtener una **comprensión de la mujer y su salud más allá de las etapas reproductivas**.
- >> Conocer el estado actual de las **intervenciones psiquiátricas y psicológicas con las mujeres**, obteniendo una visión desde una perspectiva de género.
- >> Comprender la realidad del **consumo de sustancias y otros hábitos nocivos durante el período de gestación**.
- >> Propiciar estrategias que permitan la **implementación de hábitos de vida saludables en las mujeres**.
- >> Conocer el estado de la cuestión en la **atención a la salud mental perinatal**, compartiendo visiones profesionales que permitan una mejor **atención psicológica a las mujeres gestantes**.
- >> Obtener una **visión global y multidisciplinar** que permita la comprensión y atención adecuada a la mujer al largo de su ciclo vital.

## PROGRAMA

## MIÉRCOLES, 3 de julio

- 9 : 00 h. : Recogida de documentación.
- 9 : 15 h. : Inauguración.
- 9 : 30 - 11 : 30 h. : **MANUEL MARTIN MORALES.**  
Pediatra EOXI Pontevedra-Salnés  
Lactancia materna y salud del neonato.
- 12 : 00 - 14 : 30 h. : **IRIA VEIGA.**  
Hospital del Barbanza  
Manejo farmacológico de los trastornos afectivos y emocionales en la mujer. La etapa perinatal.
- 16 : 00 - 18 : 15 h. : **DAVID GÓMEZ.**  
Ginecólogo EOXI Ourense  
Salud de la mujer al largo del ciclo vital:  
la etapa fértil.
- 18 : 45 - 21 : 00 h. : **DAVID GÓMEZ.**  
Ginecólogo EOXI Ourense  
Salud de la Mujer al largo del ciclo vital: Climaterio y menopausia.

## JUEVES, 4 de julio

- 9 : 00 - 12 : 30 h. : **ORLANDO BLANCO IGLESIAS**  
Técnico del Servicio de Estilos de Vida Saludables y Educación para la Salud. Sergas  
Actividad física durante el ciclo vital de la mujer.
- 13 : 00 - 14 : 30 h. : **MARTA FELPETO LAMAS**  
Educatora Social  
Mujer y deporte. Revisión del estado de la cuestión.  
Un análisis desde el Piragüismo.
- 16 : 00 - 17 : 45 h. : **MARÍA DEL CARMEN MÍGUEZ VARELA.**  
Doctora en Psicología. Profesora USC  
Tabaquismo y gestación
- 18 : 15 - 19 : 45 h. : **Oscar García.**  
Neonatólogo. Clinic Barcelona.  
Consumo de sustancias de abuso durante el embarazo: biomarcadores.

- 19 : 45 - 21 : 00 h. : **ANA CONCEIRO GUISANT**  
Hospital Alvaro Cunqueiro. Jefa Servicio de Neonatología.  
Análisis de la exposición prenatal a drogas a través del meconio y otras matrices biológicas y sus efectos en el neonato.

## VIENRES, 5 de julio

- 9 : 00 - 11 : 30 h. : **ANA MARÍA MARTÍNEZ LORENTE.**  
Servicio de Estilos de Vida Saludables y Educación para la Salud. Sergas.  
Promoción de la alimentación saludable en la mujer al largo del ciclo vital.
- 12 : 00 - 14 : 30 h. : **JUAN RIBOT**  
Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-UPM).  
Desmontando Mitos del Entrenamiento de Fuerza en Mujeres. Beneficios y su adaptación en función del ciclo hormonal de la mujer.
- 16 : 00 - 18 : 00 h. : **BENITA MARTINEZ**  
Matrona. CS Villalba. Lugo.  
Cuidados del suelo pélvico de la mujer. Atención a la mujer gestante y en el Puererio. Teoría.
- 18 : 15 - 19 : 45 h. : **BENITA MARTINEZ**  
Matrona. CS Villalba. Lugo  
Taller práctico de fortalecimiento del suelo pélvico.
- 20 : 10 - 21 : 00 h. : **MESA REDONDA**  
El estado actual de la Atención a la salud mental perinatal.  
- **DAVID SIMÓN.** Psiquiatra. EOXI Ourense  
- **BENITA MARTÍNEZ.** Matrona. CS Villalba  
- **JESICA RODRÍGUEZ.** Psicóloga. Gea Atención perinatal

21 : 15 - 22 : 15 h. : **PASEO EN DRAKAR VIKINGO POR LA RÍA DE AROUSA**

\* A este viaje pueden acudir tanto los asistentes como los familiares o acompañantes del alumnado matriculado.